



大埔浸信會社會服務處
總經理鄭繼池



明愛賽馬會石塘咀青少年
綜合服務社工徐玉華

直擊新世代

5位家長教養

血淚史

專注力不足

怪獸家長

資優兒童



哪位家長不希望栽培自己的子女成才？對子女抱有高度期望，再加上社會的催谷風氣，均令很多家長承受着不能言喻的壓力。事實上，當現實與家長的期望出現落差，或子女出現力有不逮、反抗，以至叛逆行為時，都容易觸動家長的神經，使他們的負面情緒一發不可收拾，嚴重者甚至需要接受心理治療。今期，我們專訪5位家長，分享他們教養子女的點點滴滴，並找來專家分析，望可成為各位家長的借鏡。

自閉症

單親家庭



管教問題

DJ鄧藹霖

拒絕再做

「怪獸」

個案1

個案2

個案3

個案4

個案5

著名電台節目主持人——鄧藹霖，她曾經是一名典型的怪獸家長，自從醒覺後，她就不斷向人分享自己的經歷，期望能喚醒其他有相似情況的家長。多年來，她已走遍全港多所幼稚園、中小學和大學院校，演講超過500場。她以「四不」政策——不打、不罵、不恐嚇、不黑面來育兒，值得家長作借鑑。

家庭檔案

家長：鄧藹霖

子女：大仔Conrad（25歲）

細仔Eugene（17歲）



為測驗分數抓狂

在30歲前，鄧藹霖是一名成功DJ，可謂事業有成的女強人；而她在30歲誕下大仔Conrad後，即辭去幕前工作，以便能專心湊仔。「從那時開始，Conrad就變成了我的事業。」

Conrad成功入讀一所傳統名牌小學，全家人都很振奮，但噩夢也隨之而來。在小一的第一次測驗，Conrad考獲平均分88.6，鄧藹霖本來還很滿意，對兒子的表現大加讚賞，後來才知道Conrad原來在全班之中排第33名，幾乎是「包尾」，其他同學的平均分起碼都有95分或以上。「那一刻我瘋了，不能接受兒子比別人差，感覺真的很難受。從那時開始，我就利用所有時間去催谷兒子的成績。往後的兩年半時間，我日日都跟他讀書、做功課、做練習，連電視都有得睇！」鄧藹霖指，自己比較性急，但Conrad做事較慢，故她一不耐煩就責罵Conrad，自此就跌入了「怪獸家長」的陷阱，不斷越陷越深，彼此的關係也出現裂痕。

打罵不斷 關係跌到冰點

鄧藹霖憶述，「那時我每天都責罵兒子，只要他做錯題目或成績不滿意，我就會罵他，而且越罵越起勁。」隨著情緒越來越失控，鄧藹霖除了用口罵之外，更開始用手猛搖Conrad的肩膀，繼而打手、打腳和「兜兜星」，後期甚至會拿起枱上的東西擲向Conrad，這樣惡劣的情況足足持續了兩年半。「在這兩年半期間，我每天都哭，在上班的午膳時間，我不會跟同事一起去食飯，而會留在辦公室裏出題目，打算回家後給兒子做，我一邊用電腦打字，眼淚就一邊流下來。一想到兒子比不上別人，心裏就很難受。其實，那時候我知道自己應該是有情緒病，但就是沒有去理會。」鄧藹霖的丈夫吳錫輝（前香港電台副廣播處長），曾經勸過她，但她仍然堅持己見，認為兒子「唔打唔得」，更反問「如果成績唔好咁點先？」令吳錫輝大感無奈。鄧藹霖舉例說，Conrad在學校的人緣很好，她知道後就對兒子說：「你都有殺傷力（成績差），當然受歡迎啦！」她說那時的自己是盲了，眼中只看到分數，完全看不見兒子的優點。



現時鄧藹霖一家關係融洽，樂也融融。



過去的經歷使鄧藹霖更珍惜現時彼此的關係。

令人醒覺的巫婆

終日的打罵，導致鄧藹霖與Conrad的關係變得很差。Conrad由會駁嘴，變得在媽媽面前不敢作聲，只會「眼睜睜」，但其實在心裏詛咒着對方；最後，他更對鄧藹霖不瞅不睬，大家形同陌路人。在Conrad 8歲時，鄧藹霖察覺到兒子眨眼次數非常頻密，一秒眨幾次，而當他被罵時，會眨得更厲害。她在事後才知道，原來Conrad是患上了「妥瑞症」，反映了Conrad在學校成績差，被同學排擠，回家後又要面對母親的打罵，承受的壓力已經過大。

直至有天，發生了一件事，才令鄧藹霖突然醒覺。她憶述：「有一日，兒子在房間裏畫畫，但他見到我便馬上將紙搓成一團扔進字紙簍裏，於是我之後偷偷地拿來看。一看之下，發現他將我畫成一個非常核突的巫婆，還要用鉛筆『罵』到整幅畫都是孔，我才知道，原來個仔痛恨到想我死！」最愛的人竟然想自己死！那一刻，她崩潰了，心痛得猶如萬箭穿心，不斷在想「我這麼疼愛兒子，為何他會想我死？」

180度轉變 以「四不」教子

在眼淚流乾後，鄧藹霖痛定思痛，重新振作起來，決定來一個徹底的改變，重新修補與Conrad的關係。她馬上做了以下三件事情：第一，她終於克服心魔，接受兒子是「唔夠人叻」，並轉校到程度較低的學校，寧願Conrad讀得開心、有滿足感；第二，她辭去了工作，轉為做兼職，打算用全部的時間來修補與兒子的關係；第三，她調整了自己的心態，決定由零開始，謙虛學習，閱讀了大量的親子和育兒書籍，多聽取別人的意見。她更自創口訣：「不打、不罵、不恐嚇、不黑面」，以此四條為教子原則，每當遇到問題便以此提醒自己，在此後10多年也堅守這些原則。

經過2年時間後，Conrad才逐漸恢復對母親的信任和溝通，關係回復至最初，且更勝從前。現在，他已是25歲的有為青年，在香港大學英文系第一榮譽畢業，並在英國攻讀完碩士，留在英國工作。

引導式教子法

對於現年17歲的細仔Eugene，因為有了湊大仔的經驗，所以鄧藹霖很懂得與他的相處之道，從沒有罵和打過他，彼此的關係非常親密。當Eugene犯錯，鄧藹霖會先叫他想想自己「衰喺邊」，2小時後再問他，他便會願意承認自己的錯處。「我希望他感覺到，

父母是想幫他的，那他就會自我反省。」她又指，當子女遇到難題，家長應引導他們思考有何解決辦法、從中學到甚麼，切忌幫他們解決問題。若孩子在有愛的環境中成長，當他們遇到逆境便會有動力去面對，而不會逃避。有了適當的教導方法，兩名兒子與她像「死黨」般熟稔，並經常一起去看電影、旅遊，彼此無所不談。

專家分析：

「虎媽」行為 另類愛的表現

對於鄧藹霖能夠有如此的醒覺，社工鄭繼池表示非常欣賞，因為並非每個人都能醒覺，仍是日復日繼續催谷自己的孩子。其實「怪獸家長」或「虎媽」都是一種愛的表現形式，他們非常著緊子女的成長，只是採用了高壓的手段去逼迫孩子，並對他們照顧周到。他們行為背後的心態，是由於自己過往的生活不富足，好不容易才獲得現在的社會地位，所以希望子女過得比自己小時候好。然而，這種心態其實是一種「毒藥」，因為他們不明白小朋友是需要經過磨練和刻苦，才能夠培養出生命的韌力。因此，家長反而應該刻意讓孩子在不太豐足的狀態下成長，使他們一步一步學會照顧自己，而不要在意旁人的目光，講究無謂的面子。

另一方面，家長需認清小朋友在幼稚園至小學階段，最需要學習的其實是情緒管理、與人相處等品德情意及發展興趣，成績只是其次。因為即使小時候名列前茅，長大後若缺乏EQ，不懂待人接物，亦難以在社會上發揮所長。

後記 親子關係放第一位

雖然曾經歷不愉快的事情，但鄧藹霖笑言：「其實很感謝大仔Conrad，使我在磨合期間成長和進步，學會了很多，明白教仔不是靠打打罵罵，更需要的是經驗和親子技巧。我很慶幸自己在Conrad 8歲時能夠醒覺，我看到現今有很多父母仍然未醒，依然用打罵的方式去迫子女聽話。雖然打罵方式能夠馬上見效，但其實小朋友心裏是不服氣的，長此下去只會破壞親子關係。」她又指出，「要記得將親子關係放在第一位，因為當大家的關係良好，子女便不會想你傷心，那他們的行為差極有限。」



鄧藹霖與Conrad修補關係後，現今兩人成為了無所不談的好友。



三母子常結伴旅遊，圖為三人身處德國時拍攝。